«كان يا مكان في دنيا الصحة والأمان»
حكايات وقصص من طفل إلى طفل (٢٠)

هجوم

(في بناء الصحة والمحافظة عليها)



ورشة الموارد العربية



أتعلم أنّنا نتعرّض يومياً
إلى هجمات تشنّها علينا
مخلوقات صغيرة تسمّى
ديدان وجراثيم ؟ كيف
ندافع عن أنفسنا منها؟
اكتشف كلّ شيء بهذا
الخصوص في هذا الكتاب

راجعوا أيضاً الأنشطة في نهاية القصة.

حكايات وقصص من طفل إلى طفل

١ – مغامرات موسى في النهر (نافد): مخاطر المياه القذرة والمياه الراكدة
٢ – أخي الصغير يمشي: طفل يعلم أخاه ويساهم في نموه
٣ – الشجعان الثلاثة: ثلاثة أطفال معوقين يساعدهم أصدقاءهم على التكيف
٤ – هزيمة العصابة (نافد): دور التطعيم في حماية الأطفال من الأمراض والموت
٥ – المرشدة نور (نافد): مخاطر الالتهاب الرئوي والحمى
٦ – شراب الحياة: قصة عن الإسهال والجفاف ودور الشراب البسيط في الحماية منهما
٧ – الفيلان الخمسة: خطر الذباب
٨ – حارس المرمى: أهمية الغذاء الجيد
٩ – الملك العجوز وخطيبة ابنه الصغيرة: تغذية الرضّع
١٠ – فاتن لم تعد حزينة: اللقاحات
١١ – انتقام الأرنب: نظافة الآبار
١٢ – متاعب الست سرحانة: التربية الجنسية
١٣ – جبل الأقزام: نقص اليود
١٤ – أبطال الكوليرا: دور الأطفال في مواجهة الكوليرا
١٥ – العائلة هاها: الحوادث المنزلية
١٦ – الشاب والتنين: الديدان الطفيلية
١٧ – العم جميل والصغيرة رانية: حماية الأطفال
١٨ – "يسقط السوس": رعاية الأسنان
١٩ – سارة الذكية: الاسهال والجفاف
٢٠ – هجوم: في بناء الصحة والمحافظة عليها
٢١ – الشعر الأحمر المستعار: القمل
٢٢ – عادات سيئة: حكاية طاهر
٢٣ – الضبع وعينا الدجاجة: الفيتامين أ
٢٤ – حمّى الأسد: ضربة الشمس

Arab Resource Collective, 2007. tel.: (+9611) 742075
E-mail: arcleb@mawared.org, www.mawared.org

«كان يا مكان في دنيا الصحة والأمان»

حكايات وقصص من طفل إلى طفل (٢٠)

هجوم

(في بناء الصحة والمحافظة عليها)



الكاتب: د. إنِّدو بالاغوبال

الرسوم: بينديا ثابار

فريق عمل الطبعة العربية: غانم بيبي، دوللي جعلوك، هبه القاضي

التنفيذ الفني: عمر حرقوص

ورشة الموارد العربية، ٢٠٠٧، يمكن تنزيل النص عن الموقع: www.mawared.org

Arab Resource Collective, 2007. tel.: (+9611) 742075

E-mail: arcleb@mawared.org, www.mawared.org

• هجوم في بناء الصحة والمحافظة عليها
• الطبعة العربية الأولى، ٢٠٠٧
• الناشر: ورشة الموارد العربية، ص.ب. ٥٩١٦-١٣ (شوران)
بيروت – لبنان، الهاتف: ٧٤٢٠٧٥ (٩٦١١+) الفاكس: ٧٤٢٠٧٧ (٩٦١١+)
البريد الالكتروني: arcleb@mawared.org الموقع: www.mawared.org

• القصة الأصلية:

• Attack a reader in personal hygiene, by Dr. Indu Balgopal, VHAI 1990

.Published in Arabic by the Arab Resource Collective, ARC
P.O.Box: 13-5916, Tel: (+9611) 742075, Fax: (+9611) 742077
Email: arcleb@mawared.org, Website: www.mawared.org

• حكايات وقصص «من طفل إلى طفل»

تم تطوير سلسلة حكايات وقصص «من طفل إلى طفل» من أجل تشجيع تلامذة المدارس الابتدائية على الاهتمام بصحتهم وصحة الأطفال الآخرين. وضع أساس كل قصة من القصص تربوي مجرّب وراجعها فريق من الأطباء والمتخصصين.

يمكن استخدام هذه القصص في مناهج تدريس مبادئ العلوم والبيئة، والصحة المنزلية والمدرسية، والتدبير المنزلي وبرامج المجتمع.

• من طفل إلى طفل:

يشجّع نهج «من طفل إلى طفل» الأطفال والشباب ويمكّنهم من تعزيز صحتهم وصحة الآخرين من حولهم. المشاركة في أنشطة من طفل إلى طفل تنمّي شخصية الأطفال من النواحي الاجتماعية والعاطفية والأخلاقية والفكرية. نهج من طفل إلى طفل عملية تربوية تربط بين تعلّم الأطفال وبين المبادرة العملية لتعزيز الصحة والرفاه والتنمية لأنفسهم، ولأهلهم ومجتمعاتهم.

يوفر نهج من طفل إلى طفل طريقة عملية تمكّن من تطبيق حقوق الأطفال تطبيقًا فعالاً. «نحن نؤمن بحق الطفل ومسؤوليته في المشاركة وفي الصحة والتعليم كما بحقه في اللعب والترفيه».

• ورشة الموارد العربية:

ورشة الموارد العربية مؤسسة عربية مستقلة لا تتوخى الربح التجاري، هدفها إعداد ونشر وتوزيع المواد التعليمية اللازمة في مشاريع الرعاية الصحية والتربية وتنمية المجتمع والموارد البشرية، وتطوير التواصل بين العاملين في هذه الميادين في البلدان العربية.

أطلب أيضاً:

«كيف تستعمل قصص من طفل إلى طفل» من ورشة الموارد العربية www.mawared.org

هجوم

بيضة الدودة المدوّرة

صغيرة مكوّرة

أما الدودة البيضاء الطويلة

تُشبه الخيط الطويل

تعيش في أمعائكم

وتأكل غذاءكم

تتكاثر في أجسامكم

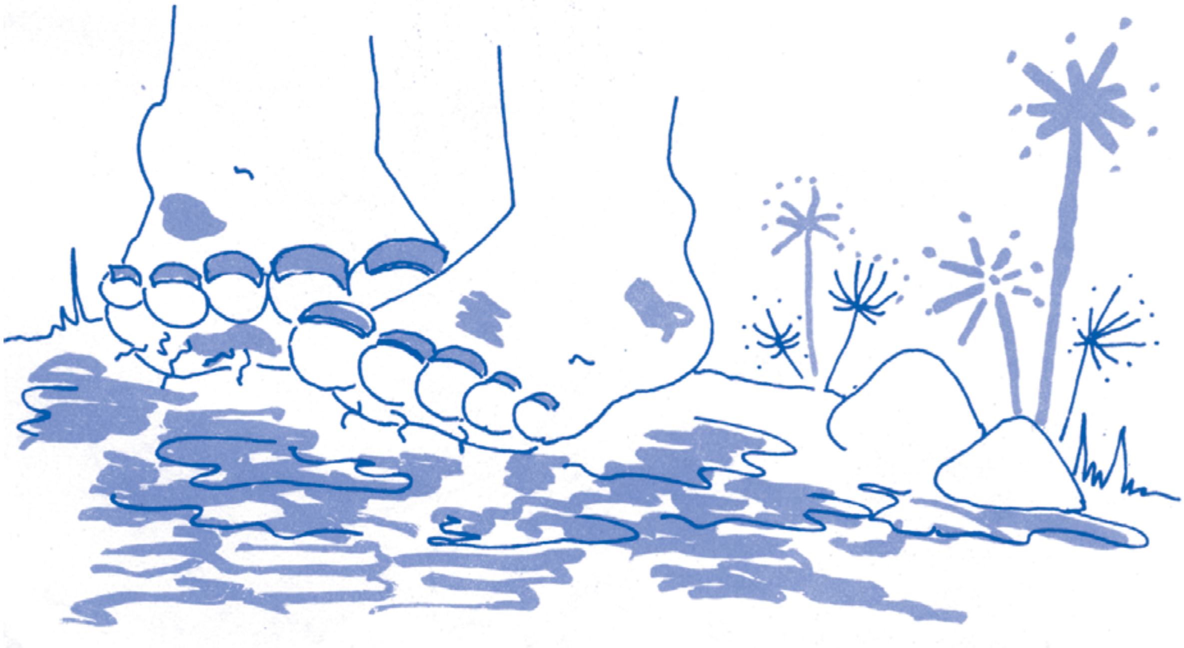
فتمرض أبدانكم



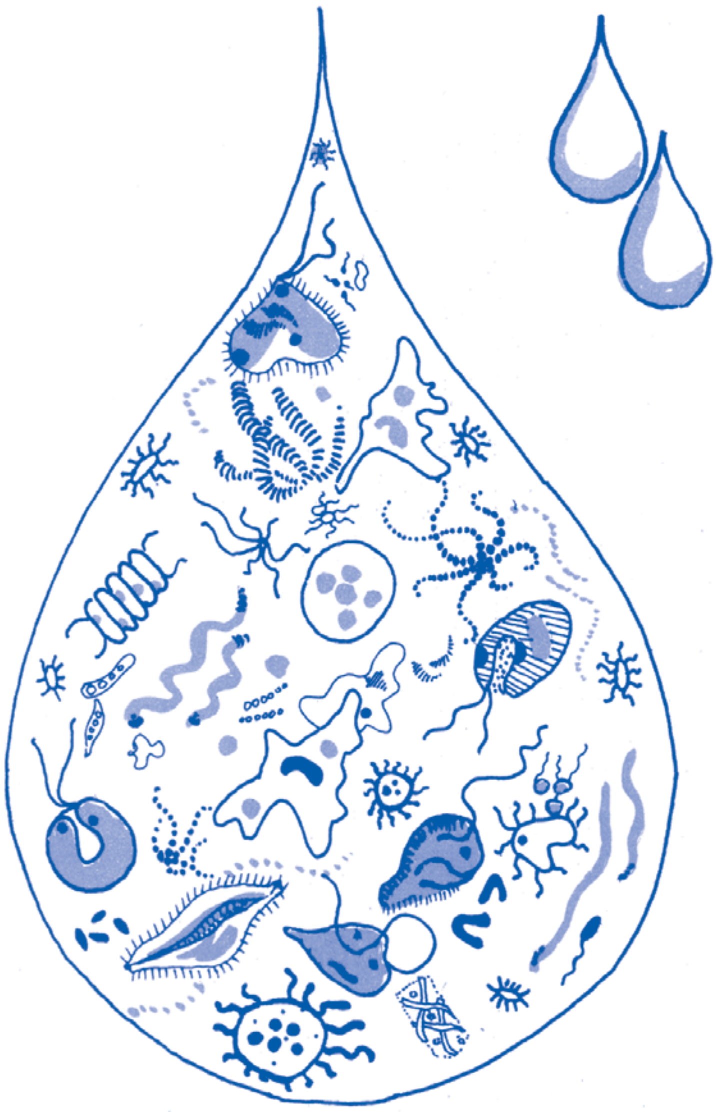
صغار ديدان الأَنسيلوسْتوما لها خُطّافات صغيرة
تعيش في النفايات والزوايا الطينية
تتسلّل من الوحول لتعبر الجلود
فتدخل الأمعاء وتمتص الدماء!



من السهل أن نتحاشى هذه الديدان
إن تذكرتم أنّه عليكم كلّ يوم
أن تغسلوا أيديكم قبل تناول الطعام
ولا تمشوا على الأرض حفاة الأقدام



هنالك بعض الأمراض
كاليرقان والتيفوئيد
وشلل الأطفال أيضاً
تنتشر بواسطة المياه
وتدخل إلى أجسامكم
فإن الماء الضرورية للحياة
حين تكون ملوّثة
تتسبّب بالمشاكل والمتاعب



إن أضمن طريقة لتحاشي هؤلاء الغزاة

ولتتمتّعوا بأفضل صحة ونشاط

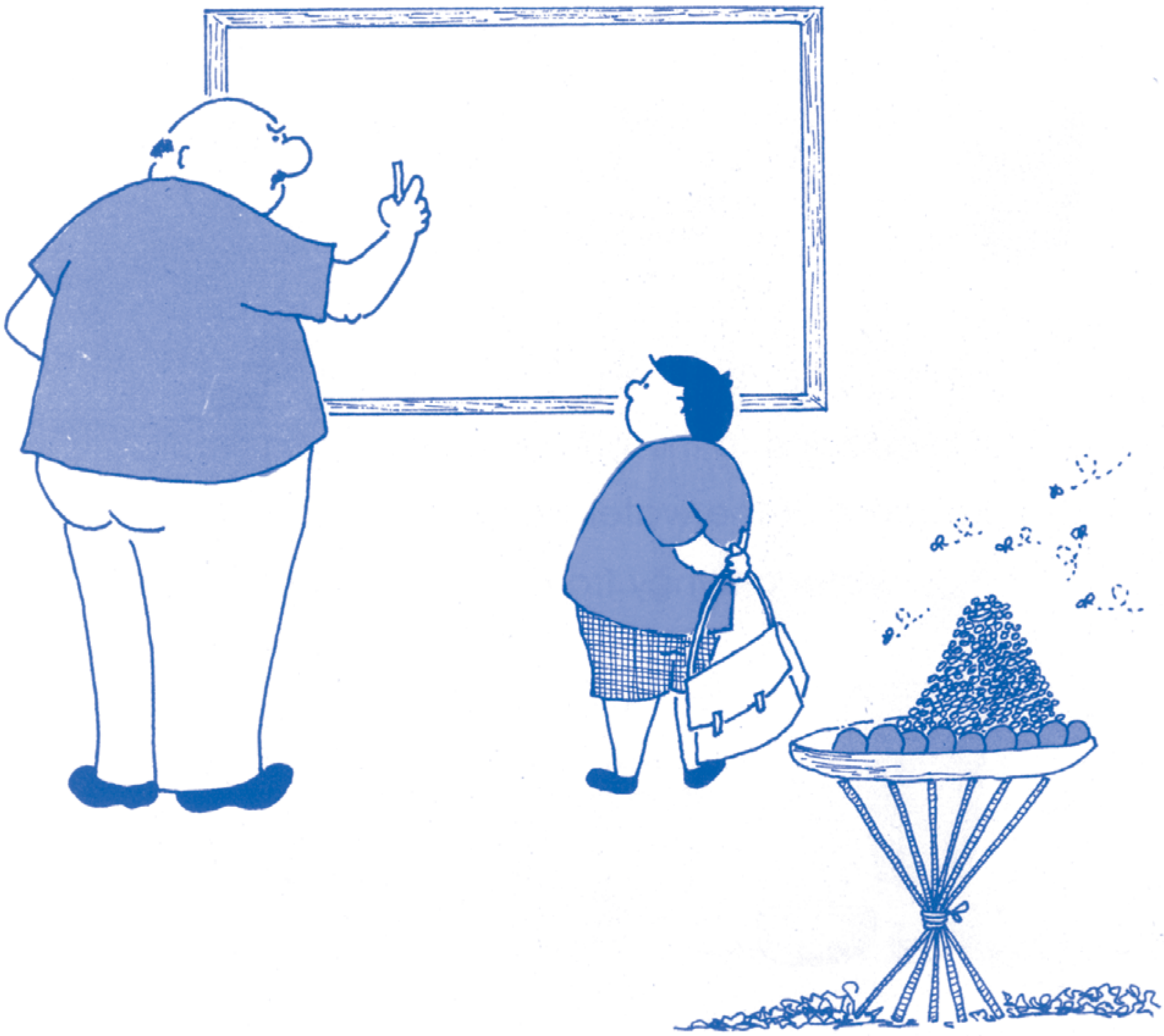
هو أن تكونوا حذرين وأن تتوقّفوا لتفكّروا

في مصادر المياه التي تشربوها



آسف سيّدي!

هل الإسهال هو سبب تأخّركَ؟
لا بدّ أنها الماء القذرة التي شربتها
تجنّب الطعام خارج المنزل – رغم أنّه يبدو لذيذاً
وكذلك تجنّب الماء القذرة فتزول مخاوفكَ

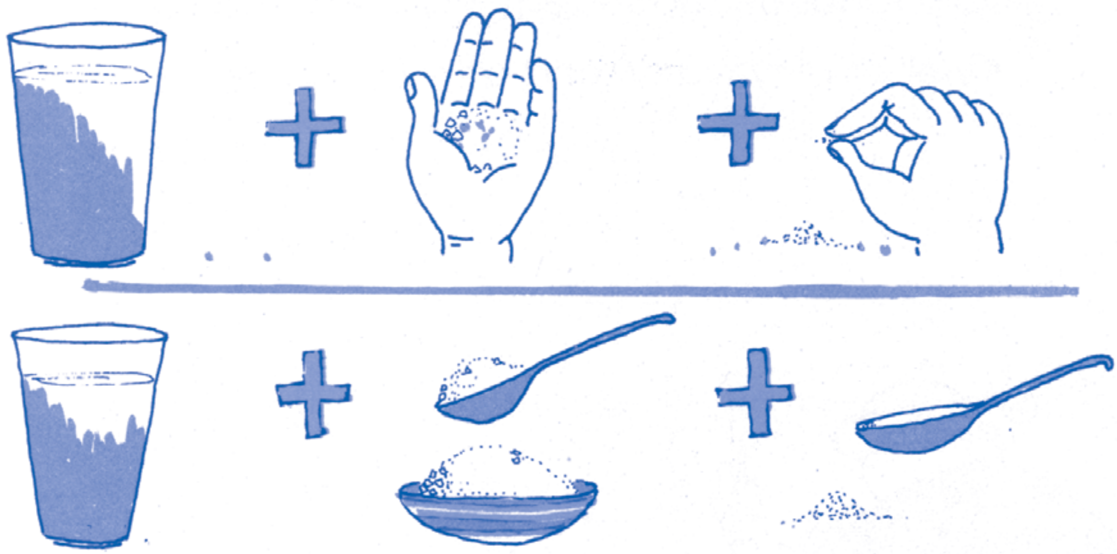


لكن إن أُصبت بالإسهال دون أي سبب واضح

وخاصة خلال موسم الأمطار الموسميّة

فإن الحلّ بسيط

الكثير من الماء مع السكر ومع القليل من الملح

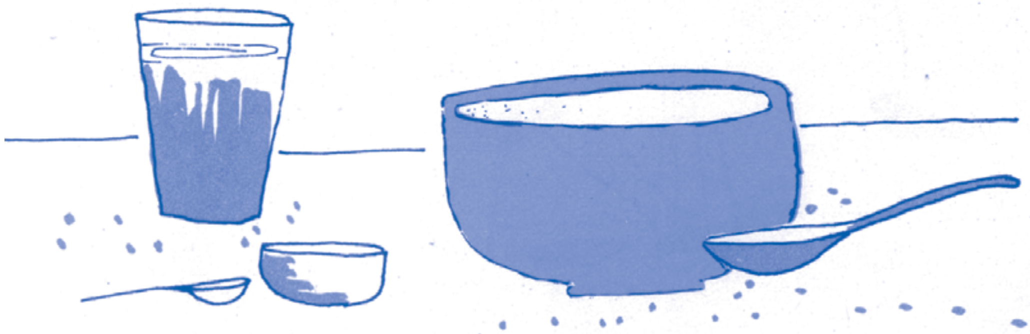


وهاك نصيحة قبل أن تُفتّش عن الدواء

إن شعرتَ بالجوع والتعب بالإضافة إلى العطش

وذلك بسبب فقدان جسمك الماء والأملاح

يُمكنك استخدام ماء الأرز أو مصل اللبن المستخرج من خثارة اللبن



ابقي بعيداً!

أيتها الذبابة المنزليّة السخيفة، ماذا تريدين؟
لِمَ لا تحلّقين بعيداً كما يدلّ اسمكِ؟
فأنتِ تحطّين في أماكن حيث تتجمّع الأوساخ والعفن
ثمّ على طعامنا فتنشرين الجراثيم في كلّ مكان.

تجلبين لنا أمراض الإسهال والتيفوئيد وكذلك الكوليرا
فيغدو مجرّد التفكير بكِ أمراً نكرهه
أيتّها المخلوقة الصغيرة القذرة بدون شكّ
يمكننا تجنّبكِ حين نغطّي جميع أوعية طعامنا.



قصّة قرية كاشور

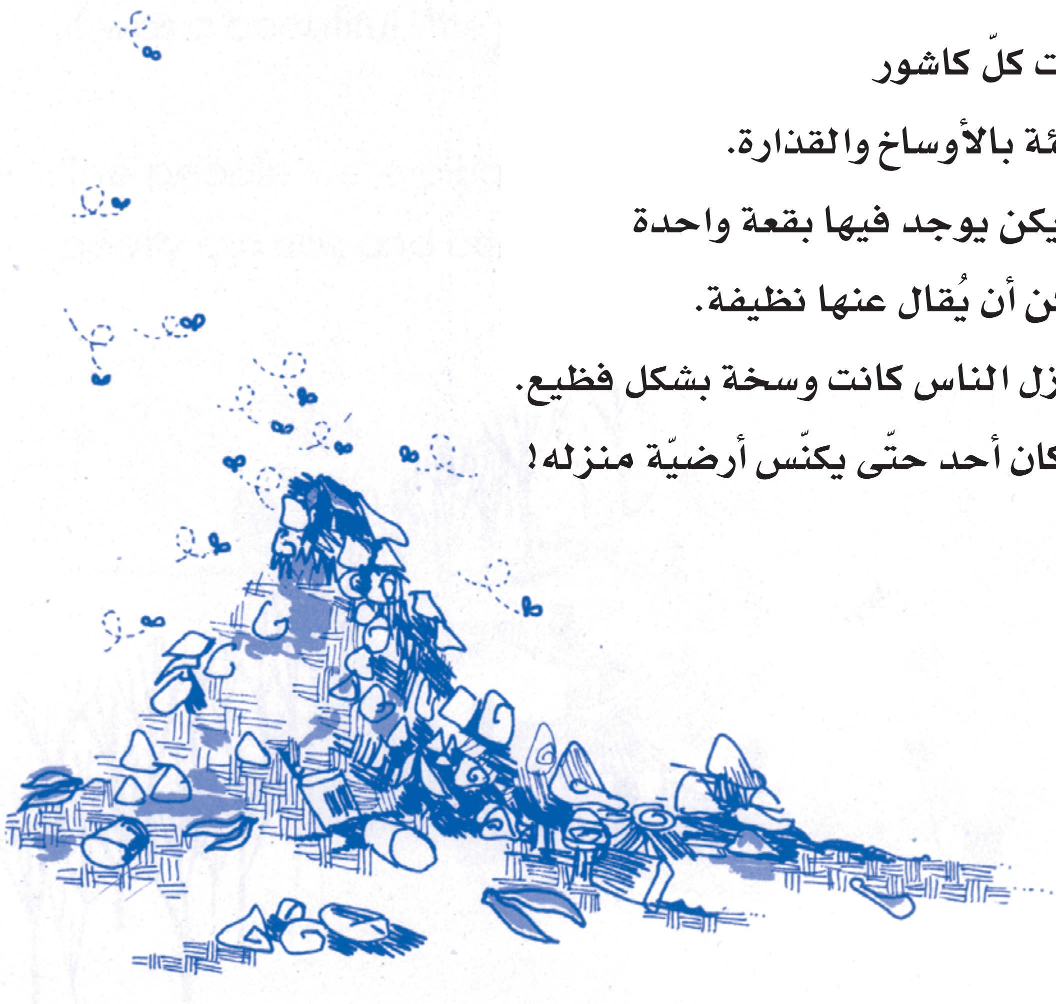
كان نديم صبيّ يعيش
في قرية صغيرة تُدعى كاشور
تقع كاشور على طرف غابة كبيرة
بعيداً جدّاً عن غيرها من المدن والقرى.

كان سكان كاشور
أوسخ أناس
في الدنيا
لم يستحمّ نديم أو ينظّف أسنانه في حياته قطّ!
ولم يغسل حتّى ثيابه من قبل
وكذلك لم يفعل الآخرون!



في كاشور لم تُستخدم الماء إلاّ للشرب وللطبخ.
كانت أسنان نديم تزداد صفرتها وبعضها كان عفناً
حتى أنّ بعضها يكاد يتساقط من فمه.
لكنّ نديم كان يظنّ أن هذا طبيعيّ ذلك أنّ
جميع سكان كاشور كانت أسنانهم صفراء وفيها تجاويف مؤلمة.
وكانت رؤوسهم أيضاً مليئة بالقمل
وطفح جلديّ يسبب لهم الحكاك.
كان الجميع يشكو من الإزعاج الذي يشعرون به طوال الوقت
لكن ما كان أحد يعرف الحلّ.

كانت كلّ كاشور
مليئة بالأوساخ والقذارة.
لم يكن يوجد فيها بقعة واحدة
يُمكن أن يُقال عنها نظيفة.
منازل الناس كانت وسخة بشكل فظيع.
ما كان أحد حتّى يكنّس أرضيّة منزله!



ذهب نديم يوماً إلى الغابة القريبة
ليبحث عن بعض التوت البريّ.
وبينما كان يمشي أدرك فجأةً
أنّه تاه فشعر بخوف شديد.
فقد نديم صوابه
أين هو؟
كيف سيعود إلى منزله؟

بينما كان يركض، خائفاً ومرتبكاً
رأى فجأةً مجموعة أضواء.
فركض بسرعة كبيرة نحو الأضواء!
لكنّها لم تكن قريته كاشور القذرة التي عرفها طوال حياته.
كانت قرية صغيرة وجميلة **وتشعّ نظافةً!**

كان سكانها أيضاً نظيفين وبشرتهم صافية
وشعورهم قُصّت بشكل مرتّب وأسنانهم تلمع لشدّة بياضها



حدّقوا جميعاً في نديم
أشارت طفلة صغيرة بإصبعها إليه وصرخت
"يا له من ولد صغير قذر! هل هو آدميّ؟"
فراحوا جميعاً يضحكون ويسخرون منه.
شعر نديم بحزن شديد وراح يبكي.
يا لهم من أشرار!
هل سيستطيع أبداً الرجوع إلى منزله؟
ثمّ تقدّم ولد تبدو عليه سيماء الطيبة
"مرحباً، أنا كريم، تعال معي إلى منزلي"



نظرت أم كريم بفزع في صديق كريم الجديد والغريب.
قالت "يمكنه قضاء الليلة هنا. لكن عليه أن يستحمّ ويغيرّ ملابسه!"

فتساءل نديم "استحمام؟ ما هذا؟".

قبل أن يُدرك نديم ما يحدث
تمّ نقله بسرعة إلى الحمّام.
نُزعت ثيابه.
وصبّ كريم الماء على رأسه
بينما راحت أم كريم تنظف جميع أنحاء جسمه بالصابون.

شعر نديم بخوف شديد حتّى أنّه راح يبكي ويصرخ ويقاوم.
لكنّ أم كريم كانت تُمسكه بإحكام.



فجأة، أدرك نديم أنّه يشعر بتحسّن كبير.

إن كان هذا هو الاستحمام فلا بأس به في نهاية الأمر!!

شعر بتحسّن أكبر حين ارتدى ثياباً جميلة ونظيفة

وتناول وجبة ساخنة ولذيذة مكوّنة من الخبز

والفول والخضار.



قالت أم كريم "الآن يا نديم عليكَ أن تفرك أسنانك بالفرشاة ثم تُخبرنا عما تفعله هنا؟"

فدُهش نديم وتساءل: "أفركُ أسناني؟ لَم؟"

فراحت أم كريم تفسّر له الأمر قائلةً:
"إن لم تفعل، فإن الطعام الذي التصق بأسنانكَ سوف يتعفّن ويخرّبها"
"أنظر إلى أسناني وإلى أسنان كريم، ألا تبدو جميلة؟"

ما كان أمام نديم إلّا الاعتراف بأنّها كانت كذلك
وقال "أظنّ أنّه هذا هو أيضاً سبب شعوري بألم كبير في أسناني"



"هذا صحيح" قالت أمّ كريم.
"عليكَ أيضاً أن تستحمّ وتغسل ثيابكَ أيضاً
وأن تحافظ على منزلك نظيفاً
وإلا أُصبتَ دائماً بالأمراض"
ففكّر نديم "يجب أن أطلع سكان بلدتي على هذا كلّه عندها
سنكون جميعاً نظيفين ونتمتّع بصحّة جيدة كما الناس هنا"
وهذا تماماً ما فعله.

لم تعد اليوم كاشور كما كانت من قبل.
فالناس اليوم يحافظون على أنفسهم وعلى بيوتهم
فيبقون **نظيفين ومرتّبين** ويتمتّعون **بصحة أفضل**.
وقد أعادوا تسمية البلدة أيضاً.
إنّها الآن تُدعى **قرية الهنا**!
يقول نديم "وذلك لنتذكّر جميعاً أن نبقى نظيفين"



تمارين

أرسم صورة كبيرة لقرية نظيفة

قصّ ثمانية بطاقات – بحجم ١٠ × ١٠ سم وذات لونين مختلفين. أكتب على مجموعة البطاقات ذات الألوان الأولى العادات الصحيّة السيّئة وعلى المجموعة الثانية الأمراض التي تسبّبها هذه العادات. أطلب من الأولاد القيام بمقارنتها. إلعب هذه اللعبة ضمن مجموعات.

إمنح علامات إضافيّة للأولاد حين:

(١) يحافظون على نظافتهم

(٢) يستحمّون يوميّاً

(٣) ينظفون أسنانهم بالفرشاة صباحاً ومساءً

(٤) يحافظون على ثيابهم نظيفة

(٥) يحافظون على نظافة صفّهم

(٦) يحافظون على نظافة منازلهم

أطلب من عريف الصف ملأ بطاقاتهم بالعلامات الإضافيّة كلّ يوم .

ساعد نديم في الوصول إلى قرية الهنا

